Rok XI. Marzec 1891. Nr. 3.

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

Cena prenumeracyjna:
Miejscowa rocznie
bez przesyłki . . 1 zł. 20 ct.
z przesyłką . . . 1 „ 30 „
Zamiejscowa
z przesyłką . . 1 „ 50 „
Miejscowa półroczn.
bez przesyłki . . . 65 ct.
z przesyłką . . . . 70 „
Zamiejscowa
z przesyłką. . . . 80 „
Numer pojedynczy bez przesyłki 15 ct.

„SOKÓŁ"
ORGAN TOWARZYSTW GIMNASTYCZNYCH.
WYCHODZI PIERWSZEGO KAŻDEGO MIESIĄCA.
REDAKCJA WE LWOWIE ULICA LINDEGO L. 7; ADMINISTRACJA PLAC CHORĄŻCZYZNY L. 3.
Prenumerować można: w Administracji, w Zakładzie Tow. „Sokoł" l. 8. ul. Zimorowicza i we wszystkich księgarniach.

Przedpłata roczna z przesyłką pocztową pod opaską:
Do Królestwa polskiego, Litwy, Rosji 1 rs. 50 kop.
Do W. Ks. Poznańskiego, Prus i Niemiec 3 marki.
Do krajów związku poczt. Europy i Stanów Zjed. Ameryki 5 franków.
Do krajów innych podług taryfy pocztowej z doliczeniem opakowania i t. d.

Reforma.

II.

Potrzebę reformy w sprawie wychowania odczuła komisja edukacyjna, jak wskazuje następujący ustęp z ustaw przez nią przedłożonych. „Nie można być szczęśliwym, nie można nabierać oświecenia umysłu, dzielności duszy, łatwości w używaniu jej władz, zdatności i zręczności w wykonywaniu obowiązków swego stanu bez zdrowia, bez mocnego i trwałego złożenia ciała, zdrowie zaś, czerstwość, moc zmysłów i sił od pierwszego wychowania w niemowlęctwie od sposobu życia w młodzieńskim wieku niechybnie zawisła". Mamy prawo być dumni, że nasza władza rodzima, że naród, tracący byt, głosił złote słowa, do których po tylu dziesiątkach lat nic dodać, ani ująć nie można i które jeszcze przez długie wieki powinny zostać myślą przewodnią dla wszystkich sprawą wychowania się zajmujących. Niestety może nie z własnej winy naród nasz w myśl powyżej wyrażonych sentencyj edukacyjnej komisji nie mógł prowadzić wychowania w skazanym kierunku, bo odebrano nam możność wychowywania młodzieży w szkole, a sami zapomnieliśmy pod wpływem nieszczęść, które cały naród ubezwładniły, że można młodzież wychowywać ku pożytkowi narodowemu po za szkołą, to jest w domu rodzicielskim, który nietylko szkolne wychowanie uzupełnić, ale nawet je zastąpić powinien. Chwilą ocknienia są obecne czasy, gdy znów sprawa wychowania przeszła w nasze własne ręce, a szczęśliwy zbieg okoliczności i odczuta potrzeba w sferach rządzących poprawy stosunków hygienicznych dają nam możność dokonania wielu rzeczy, które dotyczas mściły się na zdrowiu naszej dziatwy. Słusznie mówi prof. Cybulski omawiając „wpływ szkoły współczesnej na fizyczny rozwój młodzieży szkolnej", że szkoła nasza, jej system obecny, różni się głównie od szkół dawniejszych (szczególnie szkół narodów starożytnych, jak Greków i Rzymian) tem, że prawie wyłącznie ma na celu tylko kształcenie ducha, kształcenie umysłu dziecka i że zupełnie nie uwzględnia wykształcenia fizycznego. W chwili w której ciało żąda wszelkiej pomocy, aby się rozwinąć mogło, zakładamy takie więzy, z których rozwijający się ustrój dziecka nie może się uwolnić, ale upadać, karleć musi. Nie zapominajmy bowiem, że, jak to fizjologia stanowczo udowodniła, praca umysłowa nieporównanie więcej zużywa ustrój, jak praca fizyczna, a wpływ jej szkodliwy jest tem wyraźniejszy, że pracują dzieci w najniekorzystniejszych warunkach hygienicznych. Jakiem powietrzem oddycha dziatwa w szkołach, jak dalece brak ruchu przez 5—6 godzin szkolnej i tyleż domowej nauki wpływa szkodliwie na wszystkie narządy i cały ustrój, wiemy dokładnie i dziwić się właściwie należy, że stosunkowo jeszcze tak mało cierpi nasza młodzież, dzięki jedynie wrodzonej odporności organizmów. Ale odporność ustroju wszystkich złych następstw przezwyciężyć nie może i dlatego krótkowidzenie, skrzywienia kręgosłupa, powstrzymanie wzrostu i rozwoju fizycznego z całym szeregiem chronicznych chorób są następstwem szkodliwych wpływów szkoły, ale co najgorsza nadmierna praca umysłowa, obok braku pracy fizycznej mogącej w części zapobiedz szkodliwym następstwom szkoły, wpływa niekorzystnie na mózg dziecka i na cały system nerwowy. Powszechną i niestety zupełnie słuszną jest skarga, że dzisiejsza młodzież pod względem umysłowym o wiele niżej stoi, jak młodzież przeszłych pokoleń, więcej naszą młodzież uczą i dlatego właśnie, że nauka podawaną jest w niekorzystnych warunkach i nadmiernie, młodzież mniej umie i mniej nauczyć się może. Jeśli prawdą jest, a temu chyba dzisiaj nikt nie zaprzeczy, że od stanu fizycznego, indywidualnego zależy stan moralny i umysłowy osobnika, czyż dziwić się możemy, że wśród młodzieży dorastającej, w tych niekorzystnych warunkach, wyjątkowo spotyka się zdrowe, moralne usposobienia, piękne dusze, silne i niespożyte charaktery jakich nie brakło nawet w chwili upadku narodowego i w okresie następnym. Oto warunki wśród których młodzież męską wychowujemy, oto przyszli ojcowie narodu. Stokroć gorzej prowadzimy jeszcze naszą młódź żeńską, a jak niedobrze nią się opiekujemy, wykażemy w następnym rozdziale, dostarczając równocześnie wytłumaczenia dla wielu zboczeń moralnych i społecznych wszelkiej młodzieży, które zatrważają troskliwych o dobro narodowe.

24-letnia rocznica.

W dniu 22. lutego 1891 upłynęło 24 lat od chwili, kiedy garstka obywateli dbałych o dobro społeczeństwa założyła we Lwowie Towarzystwo gimnastyczne. Data tego założenia jest dla drużyny Sokolej uroczystem świętem familijnem, które obchodzi w ścisłem kole rodzin członków. Koło to rozszerza się z każdym rokiem i sala Sokoła nie może już pomieścić garnących się na takie obchody. Tak też było i w dniu powyższym. Uroczysty obchód rocznicy rozpoczął prezes Sokoła dr. Krówczyński przemówieniem, w którem zaznaczył, że jakkolwiek liczymy tysiące członków, musimy ubolewać, że nie liczymy ich setek tysięcy, czego sprawa fizycznego wychowania koniecznie wymaga. Zwrócił się też do licznie zebranych pań naszych zaklinając je, aby zaopiekowały się sprawą fizycznego wychowania dziatwy, zwłaszcza zaś dziewcząt, które w porównaniu z chłopcami żyją w warunkach o tyle niekorzystniejszych, że względy t. zw. przyzwoitości i form salonowych krępują każdy ruch

swobodniejszy, skutkiem czego przyszłe matki są albo lalkami, albo wiecznemi pacjentkami.

Nie potrzebujemy zaznaczać, że słowa te trafiły do przekonania naszych rodzin, które je gorąco oklaskiwały, bo wszakże to rodziny sokole, pragnęlibyśmy jednak, aby one rozległy się daleko i szeroko poza murami sali naszej!

Dalsze numery programu wieczorkowego wypełniła gra „Harmonii“ pod osobistem kierownictwem p. Falla, chór spiewackiego kółka sokolego, duet na cytrze wykonany przez młodziutką pannę Kotowicz i druha Mańkowskiego, solo barytonowe wykonane przez niezmordowanego druha Borkowskiego i deklamacje druha Janikowskiego i Topolnickiego. „Great attraction“ były jak zawsze, ćwiczenia gimnastyczne. Z powodu szczupłości wolnego miejsca w sali musiano ograniczyć liczbę ćwiczących i rodzaj ćwiczeń. W „skoku w wyż“ zwyciężył druh Mroczkowski, a w „dźwiganiu ciężarów“ druh Pawłowski. Obydwaj zwycięzcy otrzymali z rąk naczelnika Durskiego wśród oklasków publiczności wieńce honorowe.

Około godziny 9. wieczorem zasiedliśmy w górnych lokalnościach do skromnej przekąski. Gośćmi nam byli: nestor dziennikarstwa naszego p. Platon Kostecki, delegacja młodzieży akademickiej, politechnicznej, handlowej i rękodzielniczej („Gwiazdy“ i „Skały“). Szereg toastów rozpoczął dr. Krówczyński, który powitawszy wszystkich gości przymówił się do reprezentantów młodzieży o liczniejsze jak dotąd garnienie się jej do Sokoła i ukochanie jego idei, która mając na oku w pierwszym rzędzie generację młodszą, z jej strony właśnie najmniej doznaje poparcia. Przemówienie to zaprawne znaczną dozą goryczy wywołało odpowiedź, która zaszczyt przynosi młodzieży naszej i miłem była Sokołowi wiązaniem w dniu jego pełnoletności. Mianowicie zapewnił nas reprezentant politechników p. Szyniewski, że za miesiąc, za dwa najdalej przynajmniej połowa ich zapisze się do Sokoła, a prezes czytelni akademickiej p. Krček, jego zastępca p. Ciesielski i sekretarz p. Poźniak zapewnili nas, że sprawa garnięcia się akademików do Sokoła przybierze kształty realne, czego tak mowcy jak i młodzież cała (i my przyp. Redakcji) całem pragną sercem. Przemawiał też reprezentant młodzieży rękodzielniczej p. Szeremeta, druh nasz, który zaznaczył, że warunki w jakich rękodzielnik polski żyje, nie dozwalają mu być Sokołem czynnym, ale nie przeszkadzają otaczać jego ideę żywą i serdeczną sympatją. Delegaci młodzieży handlowej przemawiać nie potrzebowali, bo od dawna najdzielniejsi i najsympatyczniejsi z nich druhowie. Na cześć miłych gości toastowali następnie dr. Krówczyński, Durski, dr. Fiszer. Żywymi oklaskami przyjęto toast na cześć druha Platona Kosteckiego, który odczytał piękny wiersz okolicznościowy ułożony „in gratiam“ obchodu, a następnie prosił o poparcie jego usiłowań skierowanych do sprowadzenia na mieszkanie do Lwowa sędziwego wygnańca-lirnika Teofila Lenartowicza. Wszyscy bez wyjątku przyklasnęli zacnej myśli wnioskodawcy i przyrzekli poparcie, jakiego będzie potrzeba.

Podczas uroczystości odczytano telegramy nadeszłe od druha Tyszeckiego z Krakowa, od Wydziału Sokoła tarnopolskiego i od Wydziału Sokoła drohobyckiego, który przytaczamy dosłownie:

Ojcze Sokole, lat dwadzieścia cztery,
Jak, sam się krzepiąc, dzielnych chowasz synów,
Więc czołem Tobie, Czołem ptaku szczery,
Żyj mnogie lata w chwale swoich czynów.

Zarys ćwiczeń na drążku.

(Ciąg dalszy).

Jako ćwiczenia przygotowawcze służą:

1. zeskoki wstecz, z podporu z równoczesnym ćwierć (II), pół (III) i całym (IV) obrotem, dokonanym w locie przed doskokiem na ziemię, też zeskoki wprzód, z podporu tyłem z ćwierć (II), i pół (III) obrotem w locie.

2. skoki do podporu z obrotami n. p. z postawy poprzek (II), lub z postawy pobok tyłem (III), skok do podporu przodem nachwytem.

j) w podporze o ramionach ugiętych (III) wykonywamy tak samo obroty jak w podporze o ramionach prostych.

k) w podporze postawnym przodem nachwytem obracamy się jednorącz do podporu postawnego tyłem podchwytem (II) i na odwrót (II).

l) w siadzie:

1. ze siadu poprzek w prawo możemy wykonać bez pomocy rąk obrót do siadu poprzek w lewo, po tej samej stronie drążka (IV).

2. ze siadu okrakiem w prawo obracamy się w lewo, przechwytując rękami do siadu okrakiem w lewo (III) i na odwrót.

m) ze siadu do podporu przodem (II) i na odwrót (III) też za pomocą obrotu przechodzimy.

n) Spady z podporu do zwieszenia z obrotem.

1. Z podporu przodem wykonywamy równorącz obrót do zwieszenia na przedbarkach tyłem (III). Podobnie z podporu tyłem obrót równorącz do zwieszenia na przedbarkach przodem (III).

2. Z podporu — na drążku doskocznym — możemy wykonać też cały obrót do zwieszenia na rękach przodem nachwytem, po tej samej stronie drążka (V).

Obroty ze zmianą zwieszeń możemy też wykonywać, o czem tylko nadmieniamy. Rozchodzi się jednak głównie o to, by łączenie obrotu wraz ze zmianą zwieszenia było o ile możności równoczesne, a nie posobne, natenczas bowiem dopiero nabierają odrębnej cechy. N. p. ze zwieszenia do zwieszenia o ramionach ugiętych i na odwrót — ze zwieszenia do zwieszenia przewrotnego i na odwrót — ze zwieszenia do zwieszenia leżąc na przedudziu i na odwrót i t. p.

Pochody z obrotami też równocześnie łączyć możemy. N. p. pochód w zwieszeniu nachwytem z obrotami jednorącz do przodu — pochód w zwieszeniu podchwytem z obrotami jednorącz do tyłu — pochód w podporze (też o ramionach ugiętych) z obrotami raz do tyłu, raz do przodu i t. p.

Obroty w wywijaniu czyli w zamachu.

W wywijaniu możemy wykonać obrót bądź w przednim, bądź w tylnym zamachu.

a) w zwieszeniu zasadnem.

1. w przednim zamachu:

α) jednorącz t. z. jeśli przy obrocie jedną tylko ręką przechwytujemy, a drugiej z miejsca nie ruszamy. Zwyczajnie wykonywamy obrót do przodu i to z nachwytu (lub dwuchwytu w lewo). W najwyższym punkcie przedniego zamachu, obracając się chyżo do prawej strony, lewą ręką do przodu dążąc, przechwytujemy takową szybko na drugą stronę drążka, ujmując go nachwytem (też podchwytem) (III). Możemy atoli zarówno wykonać też obrót do tyłu i to z podchwytu (lub dwuchwytu w lewo), jeśli w przednim zamachu, puszczając prawą rękę

i obracając się chyżo do prawej strony, szybko prawą ręką do tyłu przechwycimy i drążek podchwytem (też nachwytem) ujmiemy (III).

β) naprzemianrącz, jeśli obracając się do przodu, jedną tylko wpierw ręką przechwycimy, a drugą potem na miejscu chwyt zmienimy (III).

γ) równorącz, jeśli obracając się, obiema rękami równocześnie rychło na drugą stronę drążka przechwycimy (IV).

2. w tylnym zamachu:

α) jednorącz. Zwyczajnie wykonywamy obrót do tyłu i to z podchwytu (lub dwuchwytu w lewo), jeśli w tylnym zamachu, puszczając prawą rękę i chyżo do prawej strony się obracając, prawą ręką do tyłu dążąc przechwycimy i drążek podchwytem (też nachwytem) ujmiemy (III). Możemy jednak wykonać też obrót do przodu i to z nachwytu (lub dwuchwytu w lewo), jeśli w tylnym zamachu lewą rękę puszczając i chyżo do prawej strony się obracając, lewą ręką, do przodu dążąc, przechwycimy i drążek nachwytem (też podchwytem) ujmiemy (III).

β) równorącz z nachwytu, jeśli w tylnym zamachu chyżo się obracając, równocześnie obiema rękami szybko przechwycimy (IV). W niniejszym wypadku, idąc z przedniego zamachu do tylnego, nie wyginamy krzyże w łuk, lecz przeciwnie kulimy się w krzyżach i wykonywamy obrót o krzyżach skulonych, nigdy zaś o wygiętych. W ten sam sposób możemy wykonać też i cały obrót (V).

Cały obrót wykonywamy też jednorącz z podchwytu (lub z podchwytu obróconego) w tylnym zamachu, puszczając jedną rękę, a po dokonanym całym obrocie w zwieszeniu na jednej ręce, dochwytując napowrót (III).

Ochrona: Nauczyciel musi baczyć na staranną ochronę. Zwyczajnie staje z boku ćwiczącego z tej strony, ku której obrót ma być wykonanym i trzyma go oburącz, jedną ręką od przodu, drugą od tyłu, za gurt, a sam na drugą stronę wczas się usuwa, by ćwiczącemu z drogi się ustąpić. Przy śmielszych ćwiczeniach wzywa jeszcze innych do ochrony.

Jako ćwiczenia przygotowawcze służą nam:

1. zeskoki wstecz z ćwierć (I), pół (II) lub cały (IV) obrotem, dokonanym w tylnym zamachu, przed doskokiem na ziemię, a jak już nadmieniliśmy nigdy przy krzyżach wygiętych, lecz właśnie skulonych.

2. zeskoki podmykiem wprzód z ćwierć (II), pół (III) i całym (IV) obrotem, dokonanym przed doskokiem na ziemię.

3. odskoki wprzód w przednim zamachu z ćwierć (III), pół (IV) i całym (V) obrotem.

b) w zwieszeniu „ręce skrzyżnie“ dwuchwytem możemy wykonać obrót do zwieszenia zasadnego, nie poruszając wcale rąk z miejsca, i to bądź w tylnym, bądź w przednim zamachu (III) i na odwrót (III).

c) w zwieszeniu tyłem:

1. w przednim zamachu nachwytem wykonywamy obrót jednorącz do zwieszenia przodem (IV).

2. w tylnym zamachu podchwytem tak samo (IV). Konieczną jest tu baczna ochrona. Nauczyciel trzyma ćwiczącego oburącz za gurt.

Obroty w zamachu ze zmianą zwieszeń możemy też wykonywać i tak n. p. ze zwieszenia obrót w przednim zamachu do zwieszenia na przedbarkach (III) — ze zwieszenia obrót w tylnym zamachu do zwieszenia na przedbarkach tyłem (III) — ze zwieszenia cały obrót w przednim zamachu do zwieszenia na przedbarkach tyłem (IV) — ze zwieszenia na przedudach obrót w tylnym zamachu do zwieszenia na rękach (III), lub do zwieszenia na przedbarkach (III) i t. p.

Pochody w wywijaniu możemy też łączyć z obrotami, o czem tylko nadmieniamy.

(C. d. n).

O zmyśle mięśniowym.

(Ciąg dalszy).

Potęguje także siłę mięśniową podniecenie płciowe, wywołane n. p. obecnością osoby innej płci, w ogóle każda namiętność podniecająca, jak gniew, chęć popisania się, miłość macierzyńska i t. p.; przeciwnie zaś smutek, przygnębienie, strach i t. p. osłabiają siłę mięśniową.

Hysteryczki pod wpływem hallucynacji wesołych, okazują znaczny przybytek sił, pod wpływem hallucynacji smutnych znaczny ubytek w porównaniu ze zwykłym stanem.

Podobnie jak wesołe hallucynacje, potęguje siłę mięśniową przygotowanie się do próby wesołą rozmową, słuchaniem przyjemnych dźwięków, a nawet lekką pracą umysłową, choćby tak oschłą jak rachunek na pamięć wykonany. Potęguje zatem siły mięśniowe nie tylko ćwiczenie mięśni, ale i ćwiczenie umysłu, który uzyskuje przez to zdolność rozwijania silniejszych wysiłków woli, wywołujących skurcze mięśni. Próby na siłomierzu doprowadziły do paradoksalnego wyniku, że ludzie, oddający się pracy umysłowej mogą rozwinąć chwilowo większą siłę niż robotnicy. To większe rozwinięcie siły bywa, ma się rozumieć, chwilowe tylko, gdyż o możności wytrzymania dłuższej pracy stanowi rozwój mięśnia przez ćwiczenie go.

W najnowszych swoich badaniach wykrył dr. Féré nadzwyczajnie ciekawą łączność pomiędzy stopniem rozwoju umysłu, a siłą i wykształceniem mięśni, władających wielkim palcem. Osoby oddane pracy umysłowej, wykonywają ruchy wielkim palcem z większą siłą niż ludzie oddani ręcznej pracy. Łączność ta uwydatnia się najbardziej w ruchach, które się odbywają za pomocą mięśnia zwanego długim zginaczem wiekiego palca, a oprócz tego, uzupełniając ruchliwość jego, ułatwia wykonywanie innych najdelikatniejszych ruchów ręki; wykazał to Duchenne z Boulogne. Otóż dr. Eéré przekonał się, że idyoci i epileptycy, ruchu ostatnim członkiem wielkiego palca, albo wcale nie mogą wykonać, albo wykonywają go bardzo słabo. Przy tej sposobności przypomina dr. Féré, że Gratiolet uważa wspomniany mięsień za jednę z cech, wyróżniającą rękę ludzką od małpiej; wyższe bowiem nawet gatunki małp, mięśnia tego wcale nie posiadają. Przy doświadczeniach swych posługiwał się dr. Féré umyślnie w tym celu sporządzonym siłomierzem, tak zwanym analitycznym.

Wszystkie twierdzenia swoje popiera dr. Féré cyframi, które przy doświadczeniach wskazywał siłomierz, prócz tego liniami miograficznemi, a wreszcie spostrzeżeniami innych uczonych.

Najważniejszym dla nas wynikiem powyższych spostrzeżeń jest przekonanie się, jak zmiennym i zależnym od chwilowego usposobienia i zewnętrznych wpływów jest stan sił każdego człowieka i jak dalece względną i chwiejną miarą podnoszonego ciężaru a nawet wysokości do której go podnoszono, bywają wrażenia mięśniowe, jak mało nas zatem same przez się nauczają o najważniejszej i najistotniejszej może własności, otaczających nas przedmiotów, mianowicie o ich ciężarze.

Mimo to jednak wrażenia mięśniowe, w stanie zdrowia ustroju i przy stałych warunkach zewnętrznych, mianowicie po nabyciu pewnej wprawy w porównywaniu i w ocenianiu wysileń, mogą się stać bardzo dokładną miarą podnoszonych ciężarów i dróg z nimi przebywanych. Wrażenia te, wspólnie z wrażeniami od innych zmysłów pochodzącemi, dostarczyły podstaw do bardzo ciekawych doświadczeń i pomiarów, które rzuciły nauczające światło na obchodzące nas właśnie stosunki podniet do wrażeń, a ściślej mówiąc, na stosunki zmian w podnietach do zmian we wrażeniach. Ażeby się nie powtarzać przedmiot ten przedstawię później z uwzględnieniem wszystkich rodzajów wrażeń.

Z tego wszystkiego co tu powiedziałem wynika, że uważam za słuszne zapatrywanie tych fizjologów i psychologów, którzy z wrażeń mięśniowych tworzą osobną gromadę, bądź to zupełnie odrębną, bądź też zaliczaną do obszerniejszego działu wrażeń ustrojowych, ale w każdym razie stanowczo oddzielaną od wrażeń dotykowych. Ponieważ jednak są także poważni badacze, a między nimi tak znakomity miolog jak Duchenne z Boulogne, którzy występują przeciw przyjmowaniu osobnego działu wrażeń mięśniowych, muszę stan tego zagadnienia cokolwiek wyjaśnić, a tem samem usprawiedliwić moje zapatrywanie. Bardzo ciekawą w tej mierze polemikę podaje pismo perjodyczne „Brain“. Cała rozmaitość zdań i najnowszych stanowisk, uwydatnia się w niej znakomicie, ostatecznym zaś, jak ja sądzę, jej wynikiem, stwierdzenie niemożności wytłómaczenia bardzo wielu zjawisk, bez przyjęcia odrębnego zmysłu mięśniowego. Do takich samych wyników dochodzi Beaunis, zużutkowując jeszcze świeższe doświadczenia. (C. d. n.)

Sprawy towarzystw gimnastycznych polskich.

Drohobycz. Nie wiele jeszcze upłynęło czasu od zawiązania się Towarzystwa gimnastycznego w naszem mieście, a jednak śmiało i bez przechwałek powiedzieć możemy, że nasz Sokoł zdobył już sobie silną podstawę i uznanie nawet tej garstki uprzedzonych, którzy mu nie wróżyli szczęścia.

Dzięki zabiegom gorliwych druhów, a nadewszystko niestrudzonego, pomysłowego i energicznego druha-założyciela, prof. Franciszka Zycha, nietylko sami się ruszamy, ale także innych za sobą porywamy do pięknego celu, którym jest dzielność i jedność sokola. Jedności tej stawało, a poniekąd może jeszcze stoi nie jedno na przeszkodzie; nie wątpimy jednak wcale, że niebawem wszystkiego się pozbędziemy, coby tamować mogło prawidłowy i wielce pożądany nasz rozwój.

Tymczasem podajemy we formie kronikarskiej niektóre szczegóły ważniejszych czynności naszego stow.

O najważniejszej z nich, to jest o ćwiczeniach gimnastycznych, nie możemy niestety dać zupełnie pomyślnej wiadomości, a to dla tego, że ćwiczenia te z powodu niemożebności należytego opalenia sali gimnastycznej, od dłuższego już czasu, a mianowicie od nastania ostrzejszej zimy, zawieszono. Ta okoliczność jest największym niedoborem w bilansie naszych spraw sokolich, któremu wszakże, mimo dobrych chęci, nie można było zaradzić. Pocieszamy się atoli nadzieją, iż ustaliwszy, da Bóg, w niedługim czasie własne gniazdo, będziemy w posiadaniu takiej sali, w której bez względu na porę roku ćwiczenia regularnie odbywać się będą, albowiem na ochocie w tym kierunku wcale nam nie zbywa.

Wspomniane braki staraliśmy się natomiast zastąpić ślizgawką, uczęszczaną licznie zarówno przez publiczność, jakoteż młodzież szkolną, a wzmianki tej nie możemy uczynić bez szczególniejszego uznania dla naszych pań, które są prawdziwą ozdobą toru łyżwiarskiego, a swoim wdziękiem i nierzadką, znaczną wprawą w ślizganiu wabią i zachęcają nawet starszych do użycia tej miłej, zdrowej, dziarskiej i estetycznej rozrywki. Nie dziw przeto, iż urządzony z początkiem lutego festyn na lodzie wypadł ku ogólnemu zadowoleniu publiczności, a na chlubę gorliwego komitetu łyżwiarskiego, dbałego przedewszystkiem o dobre utrzymanie toru.

Nie patrząc w niniejszem krótkiem sprawozdaniu porządku chronolicznego, cofamy się nieco dla miłego wspomnienia o wieczorku tanecznym Sokoła, urządzonym dnia 24. stycznia b. r., a zapisanym zapewne swobodą, ochotą, pomysłowem kierownictwem tańców i piękną dekoracją sali w pamięci wszystkich uczestników, na przekór tym, którzy mimo obywatelskiego obowiązku wspierania dobrej sprawy, woleli pozostać w domu i ziewając zazdrościć bawiącym się Sokołom werwy, życia i polotu.

Żałujemy ich szczerze!

Nakoniec podajemy do wiadomości, że oddział drohobycki Sokoła liczy obecnie *140* członków i skrzętnie gromadzi fundusze na budowę własnego przytuliska.

A. St.

Kraków. Miesiące zimowe, w których według zwyczaju, powinno być jak najwięcej ćwiczących, nie cieszą się u naz wcale liczną frekwencją. Czemu to przypisać należy, Bóg raczy wiedzieć. Podczas, gdy przy końcu roku zeszłego liczba członków ćwiczących, jak na stosunki krakowskie, wzrosła do tego stopnia, że utworzyć można było 4 zastępy, przeciętnie po 13 członków, tak przeciwnie w miesiącu styczniu i lutym t. r., liczba ta tak zmalała, że z prawdziwie wielką trudnością przychodzi nam skleić zastęp jeden liczący 4—7 członków. Z tego można przypuszczać, że u nas obojętność u samych członków, tak pożytecznej instytucji, dochodzi niemal do apatji.

Liczba uczniów ćwiczących się w styczniu wynosiła 50, w lutym 54; liczba uczenic w styczniu 25, w lutym 27.

Dnia 13. lutego 1891 odbył się wieczorek gimnastyczny uczniów i grona nauczycielskiego. Uczniowie wykonali pochód prostolinijny z wymijaniem szeregów i dwuszeregów i z rozstępywaniem. Po ćwiczeniach wspólnych ćwiczyli się na drążku i pomoście w 3 zastępach. Grono nauczycielskie biorące udział w wieczorku wykonało szereg ćwiczeń na kożle i na drążku. Prócz tego wykonało 4 członków grona nauczycielskiego piramidy jedno, dwu i trzypiątrowe, po każdej zaś piramidzie ustawiało się w obraz nieruchomy.

Krakowska „Nowa Reforma“ pisze: Wieczorek gimnastyczny w Sokole naszym zgromadził wczoraj liczną publiczność, która gorącemi oklaskami wyrażała swe uznanie po każdym ustępie obfitego programu. Pochód uczniów, zarówno jak wykonywane przez nich ćwiczenia, świadczą chlubnie o karności w drużynie sokolej i o systematycznie, ze znajomością rzeczy, a świadomością celu przeprowadzonej nauce. Imponująco wypadły ćwiczenia grona nauczycielskiego, zwłaszcza na drążku. Palma pierwszeństwa należy się tutaj kierownikowi szkoły gimnastycznej p. Tyszeckiemu, który z podziwu godną zręcznością wykonywał wszystkie ćwiczenia. Piramidy ze statuami marmurowemi zakończyły szereg popisów gimnastycznych, w których z przyjemnością powitała publiczność dowody żywotności tej wielce pożytecznej instytucji, jaką w krótkim czasie stał się bezsprzecznie Sokoł krakowski.

Piękne spiewy chóru Sokoła pod batutą p. Deca i orkiestra wojskowa przyczyniły się do urozmaicenia wieczorku.

Jakkolwiek Sokoł nasz na obojętność ogółu skarzyć się nie może, byłoby przecież do życzenia, aby liczba członków zwiększała się szybciej, niż dotąd. Każdy obywatel, dbały o rozwój fizyczny młodych pokoleń, powinien być członkiem Sokoła!

Lwów. W lutym b. r. ćwiczyło się przeciętnie w Sokole: 120 członków w 10 zastępach w 6 godz., 20 członków grona nauczycielskiego w 2 zast. w 3 godz., 90 pań i dziewcząt w 6 zast. w 3 godz., 130 uczniów tow. w 9 zast. w 9 godz., 440 uczniów gimnazjalnych w 16 zast. w 8 godz., 24 słuchaczy kursu nauczycielskiego w 3 zast. w 3 godz. Ogółem 818 ćwiczących w 46 zastępach w 32 godzinach tygodniowo.

Dnia 22. lutego b. r. odbył się wieczorek ku uczczeniu 24-letniej rocznicy założenia Tow. W program wchodziły między innemi też ćwiczenia zawodnicze członków, a mianowicie: w skoku w wyż, z rozbiegu odbiciem jednonóż, i we wspieraniu oburącz, nachwytem kulolaski 35 *klg* wagi mającej. Do zawodów zgłosiło się przeszło dziesięciu druhów, a palmę pierwszeństwa zdobyli sobie: druh Leon Mroczkowski przeszkoczywszy 160 *cm* wysoko, i Jan Pawłowski, wsparłszy kulolaskę 26 razy.

W sobotę dnia 28. lutego, odbyło się posiedzenie Wydziału, na którem uchwalono pobierać opłatę za wypożyczanie książek z biblioteki, a to 10 ct. miesięcznie, ewentualnie 1 zł. rocznie. Poczem przyjęto sprawozdanie rachunkowe za miesiąc październik, listopad i grudzień 1890. Uchwalono zaasekurować urządzenie wewnętrzne. Polecono Dyrekcji porozumieć się z komitetem pań, które pragną ćwiczyć 2 godziny tygodniowo w osobnych godzinach. Wskutek odezwy komitetu zajmującego się sprawą obchodu 100-letniej rocznicy Konstytucji 3. maja wybrano 3 delegatów na zebranie delegacyj wszystkich Towarzystw, mające się odbyć w dniu 14. marca 1891, jakkolwiek już dawniej powzięto uchwałę co do obchodu tej uroczystości przez Sokołów. Przyjęto do wiadomości, że Wydział krajowy wyasygnował już przyznaną przez Sejm subwencję w kwocie 1.000 zł., dalej że Tadeusz hr. Dzieduszycki przyjął warunki, pod którymi podjęto się urządzić osobną godzinę nauki gimnastyki dla jego dzieci i rówieśników, wreszcie nader przyjemne doniesienie o zatwierdzeniu statutów nowego gniazda sokolego w Łańcucie.

Przyjęci do Towarzystwa zostali pp.: dr. Berlstein Izydor adwokat, Buynowski Włodzimirz urzędnik krajowy, Docyk Roman słuchacz praw, Dydacki Tomasz profesor gimnazjalny, Dydacka Marja żona profesora, Górski Tadeusz pomocnik handlowy, Grolle Jan urzędnik bankowy, Hild Jan c. k. radca Namiestnictwa, Hubel Antoni adjunkt sądowy, Kiszakiewicz Tadeusz słuchacz politechniki, Kosacz Kajetan słuchacz prawa, Kubala Ludwik profesor gimnazjalny, Lerski Jan majster krawiecki, Lewicki Juljan adjunkt Tow. kr. ziem., Libański Bernard Edmund inż. asyst. politechniki, Milski Władysław typograf, Mironowicz Marja wdowa po lekarzu, Nieniewski Władysław słuchacz politechniki, Nowakowski Antoni poczmistrz w Gajach, dr. Obmiński Stanisław kandydat adwokacki, Papée Władysław aptekarz, Pawłowski Jan inżynier kolejowy, Pohorecki Michał pomocnik handlowy, Romaszkan Józef urzędnik, Sienkiewicz Jan kalkulant Magistratu, Wiśniewski Józef słuchacz filozofii.

Wystąpienia z Towarzystwa nie zgłosił nikt.

Łańcut. Wys. c. k. Namiestnictwo zatwierdziło już statut, a pierwsze walne zgromadzenie odbędzie się 1. marca. Członków liczy Towarzystwo 72, z tych 18 założycieli.

Nowy Sącz. Dnia 11. b. m. odbyło się w Sokole tutejszym zwyczajne doroczne walne zgromadzenie. Zagaił je prezes, notarjusz Lipiński, a ze sprawozdania wynika, że Towarzystwo postępuje i rozwija się we właściwym kierunku. Członków zwyczajnych liczy Towarzystwo 114, wspierających 3. Oddział muzyczny dla braku kierownika ustał działać, natomiast dział gimnastyczny dzięki pozyskaniu zdolnego nauczyciela w osobie Jakóba Krupskiego rozwija się niepospolicie. Panienki ćwiczą się w 3 godzinach tygodniowo, tyleż godzin zajmują lekcje prywatne chłopaczków: codziennie udzielaną jest nauka gimnastyki dla uczniów gimnazjalnych, których uczęszcza przeszło 150, którzy są podzieleni na 3 odziały, a każdy oddział na trzy zastępy, trzy godziny w tygodniu zajmuje gimnastyka członków, a 3 godziny nauka szermierki. W tym roku uzyskał Sokoł subwencję od Rady miejskiej w kwocie 100 zł. i od Rady powiatowej w kwocie 25 zł., a jest nadzieja, że otrzyma od miasta plac pod budowę własnej sali, na którą fundusz żelazny wzrósł po koniec r. 1890 do kwoty 675 zł. 62 ct.

Przy dokonanych wyborach obrano na r. b. prezesem dotychczasowego prezesa, notarjusza Łucjana Lipińskiego, zastępcą tegoż dra Franciszka Głuchowskiego, do Wydziału weszli: Henryk Grabowski, Karol Hebenstreit, Stanisław Hordyński, Teofil Kurnikowski, dr. Maurycy Körbel, Teodor Ligęza, Czesław Obtułowicz, Wiktor Oleksy, Ludwik Małecki i Franciszek Pisztek, na zastępców obrano: Kazimierza Pająka, Henryka Petersa, Zygmunta Marossanyego i Kazimierza Tarsińskiego, do komisji rewizyjnej wreszcie Wiktora Wyszyńskiego i Bazylego Jaworskiego.

Ostrów. Za inicjatywą obecnego prezesa J. Nowickiego, zebrało się w dniu 3. lutego 1890 szczupłe grono, bo liczące 13 ludzi dobrej woli, i zawiązało nasze Towarzystwo gimnastyczne Sokoł.

Po ułożeniu statutów i potwierdzeniu takowych przez władzę, odbyło się pierwsze posiedzenie 24. lutego, celem naradzenia się nad dalszem działaniem i rozwojem Towarzystwa. Z funduszów, zebranych z wstępu i wkładek miesięcznych, nie mogliśmy na razie sprawić, chociażby najpotrzebniejszych przyrządów do ćwiczeń — dzięki jednak ofiarności druhów-założycieli, otrzymaliśmy tyle przyrządów, że już w końcu marca, odbyły się pierwsze ćwiczenia. Od tego czasu odbywały się regularnie co poniedziałku w sali druha Hofmańskiego, pod kierownictwem pierwotnie druha Waszyńskiego, obecnie druha Dymalskiego ćwiczenia na drążku, poręczkach, odskoczni, dźwiganiu ciężarków, wspinaniu na linach i w marszu przy udziale do 25 młodych Sokołów. Oprócz tygodniowych ćwiczeń, urządziliśmy letnią porą dwie wycieczki, dla ćwiczenia w chodzeniu w okolice Ostrowa, przy dość licznym udziale członków. Wezwani przez Sokoła lwowskiego, do wzięcia wspólnego udziału w uroczystości sprowadzenia zwłok Adama Mickiewicza na Wawel, wysłaliśmy deputację z trzech członków, a mianowicie z druhów: prezesa Jana N. Nowickiego, Bronisława Brykczyńskiego i Tadeusza Pepińskiego. Delegaci nasi, reprezentowali najmłodszego Sokoła polskiego, to też starsza brać sokola, zebrana w Krakowie, uznając nasze dobre chęci, pokochali nas, prawdziwą braterską, sokolą serdecznością, uprzyjemniając nasz pobyt pomiędzy rzeszą sokolą, dodając otuchy do dalszej pracy.

Prócz ćwiczeń gimnastycznych, utworzyliśmy dnia 4. sierpnia chór spiewaków, pod umiejętnem kierownictwem druha Guzikowskiego, z 12—16 członków złożony. Dotychczas mieliśmy członków 82, z tych wyjechało 11, wystąpiło 7, tak, że obecnie liczymy 64 członków, z których mniejsza połowa bierze udział w ćwiczeniach.

Kasa nasza przedstawia się jak następuje: dochodu było 440 m. 45 f., rozchodu 241 m. 92 f., pozostaje na rok drugi 198 m. 53 f.

Ćwiczeń odbyło się 35, posiedzeń miesięcznych 10, walnych zebrań 2 i 3 posiedzenia zarządu. Przyrządy następujące posiadamy: drążek, poręczki, odskocznię, materac skórzany, 10 drążków do szermierki, liny, 6 par ciężarków i flobert. Zamówiony jest koń i inne przedmioty niezbędnie nam potrzebne.

W dniu 8. lutego, jako w pierwszą rocznicę założenia naszego Sokoła, zakupiliśmy mszą św. do której dwóch druhów służyło w ubraniach sokolich, a chór spiewaków wykonał pieśni nabożne; wieczorem zaś zgromadziliśmy się na sali ćwiczeń, na zabawę z tańcami i wspólną kolację. 15 Sokołów wystąpiło w malowniczych ubraniach sokolich. Przy kolacji powitał prezes Nowicki licznie zebranych gości, i wniósł na ich cześć toast, zastępca prezesa Maszewski wykazując cel i znaczenie Sokoła, zdał

sprawę z całorocznej czynności, druh Kusterski wygłosił piękny wiersz sokoli „Tężmy się“. Chór śpiewaków od czasu do czasu wykonywał różne pieśni na 4 głosy. Tak pokrzepieni na duchu i ciele bawiliśmy się w najlepszej harmonii do późnej godziny.

Jakkolwiek nasz Ostrów liczy ledwo 9.000 mieszkańców, i był kiedyś prawie wyłącznie niemieckiem miastem, od tego też do dziś jest zwanem Ostrowem niemieckim, jednakowoż wskutek osiedlania się od kilku lat kupców i przemysłowców Polaków, jest nas znaczna większość! Dla tego takie Towarzystwo, jak jest Sokoł, powinno się znacznie większą liczbą jak dotąd członków cieszyć, a mamy ludzi takich, którzy by mogli i powinni starać się i popierać wszelkie nasze usiłowania prowadzące do celów uczciwych i rzetelnego postępu! Niestety! — tak nie jest! — nawet gdyby mogli, to by gasili wszelkie gorętsze działania na tej niwie! — Obejdziemy się bez nich! — Przy energii naszego prezesa i gorliwości reszty druhów, pracować będziemy dalej, aby ziarno wydało najobfitsze owoce, aby stwierdzić, że Sokoł ma u nas prawo bytu, a staraniem naszem będzie, ażeby sobie u starszych Sokołów zjednać uznanie, a w społeczeństwie sympatję.

Dnia 16. t. m. odbyło się walne zebranie roczne, na którem wybrane następujących druhów do zarządu: Nowickiego prezesem, Maszewskiego zastępcą, Popińskiego sekretarzem, Kornobisa zastępcą, Czaplickiego skarbnikiem, Brykczyńskiego zastępcą, Prusinkiewicza porządkowym, Stankowskiego zastępcą. Dymalski i Baranowski nauczyciele.

Kończąc to pierwszoroczne sprawozdanie, zasyłamy wszystkim druhom Sokołom, braterskie pozdrowienie „Czołem!“

Sanok. Przyjmijcie kilka słów od nas. Na wstępie z chlubą podnoszę, że wszyscy członkowie tutejszego Sokoła przystąpili na prenumeratorów „Przewodnika gimnastycznego“ i nie zezwolili, aby szczupłe dochody Tow. uszczuplać opłatą przedpłaty organu naszego z kasy wspólnej. — Bierzemy 50 egzemplarzy.

Dnia 1. lutego odbyła się „zabawa z tańcami“ przez Sokołów urządzona, na której bawiono się wyśmienicie, aż do białego rana. Kasa Sokoła zanotowała kilkanaście zł. dochodu. Powodzenie to zawdzięcza Sokoł sympatji publiczności i komitetowi zabawowemu, a w szczególności druhom: p. prezydentowi Fr. Żeleskiemu, przewodniczącemu komitetu p. inżynierowi W. Żebrackiemu, który z niezwykłą gorliwością i bezinteresownością zajął się odnowieniem sali miejskiej; wreszcie p. F. Gieli.

Kierownika naszego a znanego Wam dobrze druha Stanisława Biegę spotkał przed kilku tygodniami nieszczęśliwy wypadek na lodzie: złamał kość podudzia prawego. W zastępstwie jego kierują ćwiczeniami członków i w szkole dziewcząt nader umiejętnie i z całą gotowością druh prof. Vetulani.

Ku uczczeniu 100-letniej rocznicy nadania Konstytucji 3. maja urządzi Sokoł nasz za inicjatywą prezesa wieczorek literacko-muzykalny. Bylibyśmy szczęśliwi i dumni, gdyby wszystkie Tow. sokole polskie dzień ten w b. r. uroczyście obchodzić zechciały...

Tarnów. Dnia 31. stycznia b. r. kierownik Sokoła urządził popis uczniów ćwiczących pod egidą sokolską na to, aby dać poznać i szerszemu kołu publiczności tarnowskiej co jest właściwie gimnastyka. Nadmienić tu należy nawiasem, że i w gimnazjum odbywają się ćwiczenia pod kierownictwem p. Ryglowskiego, nauczyciela seminarjum męskiego. Program popisu był następujący: uczniowie w liczbie 26 w strojach gimnastycznych dwójkami z kierownikiem na czele weszli na boisko mające zaledwie 40 m□ i ustawili się w półkole, jeden z uczni wystąpiwszy, na temat „w zdrowem ciele i duch zdrowy“ zagaił otwarcie ćwiczeń.

Po skończonej przemowie rozpoczęły się ćwiczenia dzieci. Nie wielka liczba wystąpiła na boisko, gdyż zaledwie ośmiu (wszystkich zapisanych na ćwiczenia jest 11 od lat 6—12). Dlaczego tak mała liczba? zapytacie — Bóg raczy wiedzieć, zdaje się sądzę, iż tarnowskie dzieci są olbrzymami z natury, chociaż do wniosku tego nie uprawnia widok nędznej dziatwy na ulicach.

Po skończonych ćwiczeniach dzieci, nastąpiły ćwiczenia uczniów starszych, po ćwiczeniach nastąpiła deklamacja do Sokoła, którą wygłosił jeden z uczni.

W końcu nastąpił ostatni numer ćwiczeń: wykonano podwójną piramidę drążkową, wreszcie pochód ozdobny czwórkami w tył i wprzód przy śpiewie marszu Sokołów „Ospały i gnuśny“, a nadto podczas śpiewu „mruczek“ chody odśrodkowe, dośrodkowe i skrzyżne, które nie miały wiele uroku dla ciasnoty boiska. Po skończonym pochodzie ustawili się uczniowie w półkole, kierownik przemówił o potrzebie podobnych ćwiczeń i popisów, o potrzebie sali gimnastycznej, któraby objęła nie tak małą garstkę ćwiczących, lecz objęła całą młódź obojga płci, gdyż siły fizyczne upadają, jak wykazują statystyczne zestawienia, stwierdzające, iż na 1.000 popisowych Polaków zaledwie 102 zdolnych jest do noszenia broni.

Na popisie prócz rodziców byli obecnymi pp.: Jan Kornicki zastępca dyrektora gimnazjum, dr. Jan Mikusiński zastępca marszałka Rady powiatowej, a nie widziano dyrektorów innych zakładów naukowych.

Na tem miał się popis zakończyć, lecz wystąpił członek Sokoła p. Adolf Skoda i prosił zgromadzoną publiczność o chwilkę cierpliwości, gdyż drugi program wprawdzie nie ćwiczeń, lecz życzeń mają złożyć uczniowie w wigilią imienin swemu kierownikowi za jego bezinteresowną, żmudną a wytrwałą pracę.

Wystąpił jeden z uczni, który złożywszy życzenia, podniósł, iż uczniowie umieją być wdzięczni za doznaną prawdziwie ojcowską opiekę, bo jako młodzi obłudy nie znają, a na dowód szczerych życzeń i na pamiątkę wręczył mu kosztowny upominek, prosząc o zachowanie wszystkiej młodzieży w pamięci.

Nie na tem jednak skończyła się uroczystość: wystąpił prezes Sokoła p. Ignacy Chylewski i nawiązując mowę swoją do przemowy ucznia wręczył mu nietylko od członków, ale także i od rodziców ćwiczących dzieci drugi upominek.

Kierownik nieprzygotowany na tyle oznak uznania, tak ze strony uczniów jak i członków, rozrzewniony, podziękował serdecznem „Bóg zapłać“.

Na zakończenie odbyła się uczta w małem, ale dobranem kółku druhów.

Sokoł nasz przystąpi w b. r. do budowy własnej sali.

Ig. Przybyłkiewicz.

Gimnastyka i zabawy szkolne we Francji.

(Dokończenie).

W ostatnich czasach daje się zauważyć pewien zwrot we Francji, szczególnie pomiędzy nauczycielami, zaczynają oni choć nieśmiało objawiać swój protest przeciw batalionom, jako szkodliwie wpływającym na moralną stronę dziecka. W r. b. miasto Lyon zniosło całkiem subsydja na bataliony szkolne, w paryskiej zaś radzie municypalnej projekt zmniejszenia obecnego budżetu ze 146.000 fr. na 51.000 gorących miał zwolenników. Co zaś do nauki właściwej gimnastyki, to kwestja rozpatrywaną była przez specjalną komisję w końcu r. 1888; komisja wywiązała się sumiennie ze swego zadania, a jeden z jej członków G. Demeny przedstawił obszerne studjum p. t. „Bases de l'éducation physique dans les écoles publiques“, w którem podał uwagi, dotyczące obecnego systemu gimnastyki oraz ćwiczenia, jakie wartoby zalecić. Opracowano następnie racjonalniejsze, niż były dotychczas programy dla wszel-

kiego rodzaju szkół i zadecydowano wydanie odpowiedniego systematycznego podręcznika gimnastyki.

W ostatnich dwóch latach wychowanie fizyczne zaczęło przybierać znowu inny kierunek, do czego najwięcej przyczynił się Paschal Grousset, kryjący się pod pseudonimem Philippe Daryl, lub André Laurie. Na podstawie licznych swych obserwacyj, zebranych w ciągu podróży po Anglii, Niemczech, Szwajcarji i Austrji doszedł on do przekonania, że jedną z głównych plag obecnego wychowania we Francji jest zaniedbanie strony fizycznej. Gorącym też stał się rzecznikiem tych młodych istot, skazanych na zamknięcie, pozbawionych ruchu i świeżego powietrza, zmuszonych przytłumiać naturalne, wrodzone instynkta, oderwanych przez lat wiele od bezpośredniej styczności z naturą, która jedynie stwarza zdrowe ciało i silny charakter. Jako zapalony zwolennik swobodnego wychowania fizycznego, a nie monotonnych, jednostajnych ćwiczeń wojskowych, prowadził on energicznie kampanią w cyklu powieści, objętych tytułem „Vie de collége dans tous les pays“ w głośniej swej książce „Renaisance physique“ jak również w kilkuset artykułach rozrzucanych po pismach. Dopiero w r. 1888 propaganda Grousset'a przedarła się do sfer oficyalnych, pod wpływem zapewne słów znakomitego dr. Peter'a, który w Akademii medycznej kwestją przeciążenia szkolnego uważał za dającą się rozwiązać przez wprowadzenie gier szkolnych na świeżem powietrzu, — takich, jak opisywał André Laurie. Od tej chwili publiczność coraz żywiej zaczyna się interesować nowym kierunkiem, powagi akademickie jak Jules Simon, Gréard, Brouardel oświadczają się także za nim, dzięki więc temu udaje się Grousset'owi założyć „Ligę wychowania fizycznego“, której honorową prezencją przyjmuje twórca syntezy chemicznej Berthelot, a rzeczywistą sławny autor „Machine animale“ dr. Marey, inicjator zaś objął skromne stanowisko sekretarza. Obecnie Liga jest zupełnie zorganizowaną, posiada swój organ „L'éducation physique“, poważną ilość członków, szerzy zamiłowanie do ćwiczeń fizycznych, urządza konkursa, zabawy, odczyty, ułatwia zaprowadzanie zabaw szkolnych i t. p. Objawem przychylnego nastroju opinii publicznej może być między innemi konkurs im. Bischoffsheima, który ofiarował 5.000 fr. za najlepsze dzieło o grach szkolnych, najodpowiedniejszych do wprowadzenia w szkołach tak niższych, jak i wyższych.

Niezależnie od Ligi również w r. 1888 utworzono komitet: „Comité pour la propagation des éxercices physiques dans l'éducation“, na czele którego stanął Jules Simon. Staraniem jego był zwołany podczas wystawy paryskiej kongres, oraz szereg konkursów. Od początku r. z. wydaje on pismo „La revue athlétique“, które jest zarazem organem „Union des Sociétés des Sports athletiques“. Głównym jego redaktorem jest Pierre de Coubertin, traktujący wychowanie fizyczne ze stanowiska sportu, który uprawiać — godną jest tylko uprzywilejowana warstwa społeczeństwa.

Za inicjatywą obu tych stowarzyszeń, a głównie Ligi urządzono w czerwcu r. 1889 pierwszy wielki konkurs dla młodzieży szkolnej p. n. l e n d i t*) w którym brało udział 430 uczniów różnych szkół. Na podobny konkurs w r. z. zgłosiło się ich aż 3.726; trwał on od 29. maja do 9. czerwca, składał się z wyścigów pieszych, jazdy konnej, pływania, wiosłania, jazdy na welocypedzie, skakania, strzelania do celu, boksowania, szermierki i wreszcie z gier a mianowicie: „la paume, la théque, le gouret, la crosse i la barette“.

Popisy te noszą charakter bardzo uroczysty, odbywają się w obec tłumnej eleganckiej publiczności, prezydenta Rzeczypospolitej, ministra oświaty i wielu przeróżnych dygnitarzy. Aby móc ubiegać się o nagrodę, trzeba być uczniem liceum, kollegium lub szkół wyższych i mieć co najmniej lat 16; szkoła, która najwięcej zwycięstw odniosła, otrzymuje tytułem zbiorowej nagrody puhar na rok, nazwiska nagrodzonych ogłaszane są w pismach, a imię głównego zwycięzcy, który najwięcej odznaczył się we wszystkich konkursach, ogłoszone jest na cały rok jako „Premier Champion des écoles“ — portret jego i biografia figurują w niejednem czasopiśmie. Jak widzimy, myśl w zasadzie dobra i mogąca skutecznie przeciwdziałać przeciążeniu szkolnemu, została do pewnego stopnia spaczona, stworzono bowiem pole popisu, sprzyjające rozwinięciu wszelkich ujemnych skłonności w młodzieży, która cały rok gotowa marzyć o zwycięstwie bodaj choć w jednym sportowym konkursie. Ten nastrój młodzieży, ten jednostronny kierunek, nieuwzględniający wielu zasad wychowawczych zwrócił już uwagę pedagogów, jak n. p. Francolin'a, którzy podnosić zaczynają protest i ostrzegają, by nie zagalopowano się we Francji tak jak w Anglii, gdzie przeciążenie umysłowe ustąpiło miejsca przeciążeniu fizycznemu, gdzie już niejednokrotnie powstawano przeciw temu prądowi; nawet niektórzy medycy angielscy wyrażali naganę, a pewien inspektor szkół w Anglii powiada wprost, że ziomkowie jego kształcą się na ludzi dzikich, mających kult dla siły fizycznej, zwierzęcej; znalazła też Liga przeciwników w łonie towarzystw gimnastycznych. „La Gymnastique française“ organ stowarzyszenia profesorów gimnastyki, „Le Gymnaste“ organ związku 230 towarzystw gimnastycznych francuskich, zawziętą z nią walkę prowadzą.

Niemniej przecie obecny kierunek wychowania fizycznego we Francji uważamy za bardziej racjonalny i hygieniczny. Nie ma chyba lepszego wypoczynku dla chłopców i dziewcząt, jak gimnastyka i gry gimnastyczne na świeżem powietrzu.

Gdyby z dzisiejszych gier francuskich wyłączyć element wojowniczy, gdyby im odjąć wszelki charakter popisu, uważalibyśmy je za nader zbawienne i dla naszej młodzieży, skazanej dziś niestety na d a l e k o w i ę k s z e niż gdzieindziej p r z e c i ą ż e n i e p r a c ą u m y s ł o w ą.

(Przegląd Pedagogiczny).

*) Nazwa dawnego jarmarku na pergaminy, który odbywał się pierwszych dni czerwca i był świętem dla młodzieży szkolnej i uniwersyteckiej.

Kronika.

— **Hygiena praktyczna.** Księgarnia nakładowa S. Lewentala w Warszawie rozpoczęła wydawać zeszytami „Hygienę praktyczną“ w opracowaniu dra Ludwika Natansona. Dotychczas opuściły prasę dwa zeszyty, z których jak najpochlebniej wróżyć można o całości pożytecznego wydawnictwa. Zeszyty ukazywać się będą co tydzień, a ma ich być razem 18, każdy w objętości trzech arkuszy druku. Cena za całość w prenumeracie 3 rs. 50 kop., pojedyńczy zeszyt 32½ kop. Wykład niezmiernie jasny, a niepozbawiony ścisłości naukowej, oraz doskonała polszczyzna, zalecają pracę dra Natansona.

— **Wychowanie młodzieży angielskiej.** W wydanej niedawno w Hanowerze książce pod tytułem *Englische Schulbilder* znajdujemy dokładny opis rozmaitych szkół angielskich. Wędrówkę po tych szkołach rozpoczyna autor od słynnego „Fettes College“, założonego z prywatnej fundacji Wiliama Fettes, a zbudowanego za sumę pięciu miljonów marek!

Zakład ten położony jest w odległości dziesięciu minut od Edynburga, w miejscu otwartem i zdrowem, w otoczeniu ogrodów, gdzie młodzież wśród pauz szkolnych i w godzinach wolnych od nauki bawić się może swobodnie na świeżem powietrzu. Wszyscy uczniowie mieszkają w zakładzie, gdzie pięćdziesięciu z nich za darmo, a reszta za dość wysoką zapłatę (2.100 marek!) ma prócz nauki całkowite utrzymanie i najstaranniejszą opiekę.

Szczególniej strona hygieniczna jest tu nadzwyczajnie rozwinięta począwszy od kąpieli, które latem i zimą się odbywają, aż do zabaw na umyślnie do tego przeznaczonem miejscu, zwanem „play ground". To pole zabaw znajduje się tuż obok zakładu i stanowi część tak w pojęciu szkoły angielskiej niezbędną, iż według wyrażenia jednego z pedagogów tamtejszych, szkoła w Anglii raczej bez izb do nauki, niż bez takiego miejsca istniećby mogła.

Po nauce szkolnej, która trwa do godziny pierwszej, zasiadają uczniowie do obiadu, potem przebierają się w flanelowe kaftany i spieszą na pole zabaw, od czego bez ważnej przyczyny żadnemu nie wolno się usuwać. Teraz dopiero na owych słynnych z bujnej zieloności trawnikach rozpoczynają się gry najrozmaitsze, które autor książki nietylko szczegółowo opisuje, lecz i drobnemi ilustracjami objaśnić się stara. Do zabaw szczególniej ulubionych należy tak zwany Cricket, (nie to samo, co znany i u nas krokiet) i specjalnie angielski „Lawn Tennis". Pierwszy polega na zręcznem uderzaniu piłką w rodzaj bramki małej, której zburzenie jest celem jednej części grających, gdy drudzy starają się piłkę tę odbić i tym sposobem bramkę od zburzenia jak najdłużej obronić.

Do gry takiej potrzeba jedenastu uczestników w każdej partji, a ponieważ każdy ma wyznaczone miejsce i spełnić winien połączony z tem miejscem obowiązek, więc prócz ruchu i zręczności wyrabia się jeszcze czujność i dokładność, jako konieczne przymioty do dobrego rezultatu zabawy, t. j. do odniesienia nad przeciwnikami zwycięstwa.

Zabawa pod nazwą „Lawn Tennis" ma wiele podobieństwa ze znaną u nas grą w wolanta, a nawet dosłownie znaczy tyle, co „wolant polny" (Lawn = wolne pole, łączka; tennis = wolan).

W połowie miejsca, do gry przeznaczonego, rozpięta jest granica w kształcie siatki przymocowanej do dwóch drążków w ziemi zatkniętych. Po jednej i drugiej stronie tej siatki stoją osoby grające, które przyrządem takim, jak przy wolancie tylko uderzają w balonik dość twardy i przerzucają go na drugą stronę siatki, skąd znowu zręcznem uderzeniem powinien być na powrót odrzucony; cała bowiem sztuka polega na tem, aby balonik nigdy nie padł na ziemię. Niezmiernie charakterystyczną grą nawet już dorosłej, uniwersyteckiej młodzieży jest tak zwany „Football", czyli balon nogą podrzucany.

W odległości około 100 yardów, czyli łokci stoją naprzeciw siebie dwie bramki, złożone ze słupków wbitych w ziemię, za któremi znajdują się po każdej stronie około 20 uczestników zabawy. Przy jej rozpoczęciu kładzie się w połowie drogi między bramkami duży balon elastyczny i natychmiast biegną wszyscy z poza bramek owych, aby czemprędzej balon ów nogą podbić w górę i jak najdalej w stronę przeciwników go odrzucić. To samo robi strona przeciwna i tym sposobem z wielkiem ożywieniem wszystkich odbywa się ta zabawa, która i zręczność wyrabia i daje sposobność do ruchu dla zdrowia potrzebnego. Szczególniej na porę jesienną, nawet i zimową ma to być rodzaj gry bardzo stosowny, gdy przeciwnie „cricket" przeważnie wiosną i latem zwykł się odbywać.

Prócz tego ulubione są w szkołach angielskich także inne a zawsze z ruchem i ćwiczeniem w zręczności połączone zabawy, jak n. p. *Rounders*, *Prisoners*, *Hare and hounds* (Zając i psy), które autor dosyć dokładnie opisuje.

Zabawy takie odbywają się nie tylko w szkołach niższych i średnich, lecz także i w sławnych uniwersytetach w Cambrigde i w Oxfordzie, tylko że do nich przybywają tu jeszcze wyścigi na koniach i na czółnach.

We wszystkich szkołach publicznych, które autor zwiedził, znajdowały się nie tylko sale gimnastyczne z potrzebnemi do tego przyrządami, lecz oprócz tego i mechaniczne warsztaty, służące do tego, aby młodzież w różnych robotach ręcznych, a nieraz w życiu potrzebnych, nabrać mogła zręczności. Tym sposobem pod kierunkiem osobnych do tego nauczycieli wyrabiają uczniowie w gonach przeznaczonych nie tylko rozmaite sprzęty, jak pulty, szafki, skrzynki, lecz nawet modele małych okrętów.

Do przedmiotów, które szczególniej lubią robić należą czółna, ale zdarza się nieraz, że nawet cały do praktycznego użytku służyć mogący wózek w wielkich rozmiarach wykonywany bywa przez ucznia, jak to autor widział na własne oczy w Harrow.

Nie potrzeba dodawać, jak ćwiczenia takie mogą być pożyteczne, zwłaszcza, iż obudzają zamiłowanie do pracy w ogólności, a oprócz tego wyrabiają w młodzieży tak ważne w życiu człowieka przymioty, jak dokładność i cierpliwość.

— **We Francji** wydano przepis, na zasadzie którego rodziny mające s i e d m i o r o d z i e c i zyskają pewne prawa. Przy zastosowaniu tego przekonano się, że istnieje 2,000.000 rodzin bezdzietnych, 2,500.000 po 1-em dziecku, 2,300.000 po dwojgu, 1,500.000 po trojgu, 1,000.000 po czworgu, 550.000 po pięciorgu, 330.000 po sześciorgu i 200.000 mających po 7 i więcej dzieci.

Od Administracji.

Administracja „Przewodnika gimnastycznego Sokoł" podaje do wiadomości, że można w niej nabywać następujące dziełka:

1. „Zarys nauki gimnastyki szkolnej i towarzyskiej. Dział VII., grupa pierwsza: Skocznia"; skreślił Antoni Durski. Lwów 1886. Cena 1 zł.

2. „Zarys nauki gimnastyki szkolnej i towarzyskiej. Dział VII., grupa czwarta: Poręcze"; skreślił Antoni Durski. Lwów 1890. Cena 60 ct.

3. „Ćwiczenia gimnastyczne laską żelazną, drewnianą i żerdzią", zarys systematyczny do gimnastyki szkolnej i towarzyskiej, napisał Edmund Cenar. Lwów 1889. Cena 1 zł. 20 ct.

4. „Urządzenie sal i boisk gimnastycznych w szkołach ludowych, średnich i towarzystwach gimnastycznych", napisał Edmund Cenar. Lwów 1890. Cena 50 ct.

5. „O gimnastyce" (odbitka z „Przewodnika gimnastycznego"). Lwów 1886. Cena 40 ct.

6. „Dr. Tadeusz Żuliński". Wspomnienie pośmiertne. (Odbitka z „Przewodnika gimnastycznego"). Lwów 1885. Cena 20 ct.

7. „Jan Dobrzański". Wspomnienie pośmiertne przez A. G. (Odbitka z „Przewodnika gimnastycznego"). Lwów 1887. Cena 20 ct.

Członkowie Sokoła lwowskiego i tegoż oddziałów, tudzież członkowie towarzystw gimnastycznych polskich mogą nabywać powyższe dziełka po cenie o p o ł o w ę z n i ż o n e j.

Nadto są do nabycia:

„Pogadanki z dziedziny prawodawstwa" zastosowane do życia codziennego i towarzyskiego. Odczyt popularny przez Lucjana Lipińskiego, c. k. notarjusza i prezesa Sokoła w Nowym Sączu. Lwów 1891. Cena 30 ct. (Czysty dochód na rzecz budowy sali Sokoła w Nowym Sączu).

Odpowiedzialny redaktor Antoni Durski. I. Związkowa Drukarnia. Nakładem Towarzystwa Gimnastycznego „SOKOŁ".